

B

134
—
N 5

Prāna mantā

134
54

+

॥ अथप्राणमंत्रः ॥०

॥ श्रीनिवासाय नमः ॥ ॥ आदौ गुरु नमस्काराः ॥ श्रीगुरु
भ्यो नमः ॥ १ ॥ श्रीपरमगुरुभ्यो नमः ॥ २ ॥ श्रीमदानंदतीर्थभ
गवत्पादाचार्येभ्यो नमः ॥ ३ ॥ श्रीवेदव्यासाय नमः ॥ ४ ॥
श्रीभारत्ये नमः ॥ ५ ॥ श्रीसरस्वत्ये नमः ॥ ६ ॥ श्रीवायवे
नमः ॥ ७ ॥ श्रीब्रह्मणे नमः ॥ ८ ॥ श्रीलक्ष्म्ये नमः ॥ ९ ॥ श्रीना
रायणाय नमः ॥ १० ॥ प्राणांतर्यामि श्रीवासुदेवाय नमः
॥ ११ ॥ श्रीवासुदेवाय नमः ॥ १२ ॥ मूले न प्राणायामः ॥

९

ॐ भूः अग्न्यात्मने अनिरुद्धाय हृदयाय नमः ॥ ॐ भु
वः वाय्वात्मने प्रद्यम्नाय शिरसे स्वाहा ॥ ॐ स्वः सूर्या
त्मने संकर्षणाय शिखायै वौषट् ॥ ॐ भूर्भुवः स्वः
प्रजापत्यात्मने वासुदेवाय कवचाय हुं ॥ ॐ सत्यं स
त्यात्मने नारायणाय अस्त्राय फट् ॥ इति दिग्बंधः ॥
अस्य श्रियाते तनूरिति प्राणमंत्रस्य पिप्यलादन्नपि
रिति शिरसि ॥ अनुष्टुप् छंदः ॥ इति मुरवे ॥

प्रा०

देवता

मं०

२

प्राणांतर्यामि श्रीवासुदेवो हृदये ॥ अथ ध्यानं ॥ उद्यद्
विप्रकुरसन्निभमच्युतांके स्वासीनमस्यनुतिनित्यव
चः प्रवृत्तिं ॥ ध्यायेद्गदापयकरं सुकृतांजलिंतं प्राणं य
थेष्टतनुमुन्नतकर्मशक्तिं ॥ १ ॥ प्राणांतर्यामि श्रीवासु
देव प्रेरणाया प्राणांतर्यामि श्रीवासुदेव प्रीत्यर्थं यातेत
नूरिति प्राणमंत्रजपं करिष्ये ॥ अथ मंत्रः ॥ यातेतनु
वाचि प्रतिष्ठिताया श्रोत्रेयाचचक्षुषियामनसि संत

ॐ

२

ता शिवांतां कुरु मोक्षमीः॥ प्राणस्येतद्दशे सर्वं त्रिदिवे
यत्प्रतिष्ठितं॥ मातेव पुत्रान् रक्षस्व श्रीश्च प्रज्ञां च विधे
हिनरति ॐ॥ पुनः प्राणायामादिसमर्पणांतं कुर्यात्

॥६७॥

प्रा०

मं०

३

इति प्राणमंत्रः॥

+

३